

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stres adalah suatu respon individu, baik berupa respon fisik, maupun psikis terhadap tuntutan atau ancaman yang dihadapi sepanjang hidup seseorang, yang dapat menyebabkan perubahan pada diri individu, baik perubahan fisik, psikologi, dan spiritual (Asmandi, 2008). Stres sebagai respon yang tidak dapat dihindari oleh individu, yang memberikan stimulus terhadap perubahan dan pertumbuhan (Potter & Perry 2010). Stres berasal dari bahasa latin *stingere*, yang berarti ketegangan, kesukaran, penderitaan, kemalangan atau tekanan emosional yang di alami seseorang (Tunjungsari, 2011).

Stres selalu ada dalam setiap kehidupan, stres dapat terjadi dan dialami oleh siapa saja dan dapat terjadi pada berbagai tingkat usia dan pekerjaan, salah satunya adalah mahasiswa sebagai golongan dewasa awal yang rentan mengalami stres, stres pada golongan dewasa awal ini berkisar antara usia 20-40 tahun (Papalia dalam Dillatira, 2013).

Mahasiswa dalam kegiatannya tidak terlepas dari stres, *stressor* pada mahasiswa dapat bersumber dari kehidupan akademik, terutama dalam tuntutan internal dan eksternal. Tuntutan *external* yaitu: Kemampuan beradaptasi dengan lingkungan, pergaulan di kampus, tugas-tugas perkuliahan, salah memilih jurusan, nilai rendah, terancam *drop out* (dikeluarkan dari kampus), gangguan hubungan interpersonal, praktikum, manajemen waktu dan keuangan, selain itu konflik dengan teman, pacar, dosen dan keluarga, traumatik. Tuntutan internal yaitu: Persaingan dalam mencapai prestasi, terancam *droup out* (dikeluarkan dari

kampus), praktikum, manajemen waktu dan keuangan, selain itu konflik dengan teman, pacar, dosen dan keluarga, traumatik (Enik 2012).

Stres yang tidak mampu diatasi oleh mahasiswa akan berdampak negatif kepada mahasiswa antara lain sulit berkonsentrasi, sulit mengingat pelajaran, sulit memahami pelajaran dan, ekspresi wajah tegang Hidayat (2008). Dampak negatif secara emosional antara lain sulit memotivasi diri, munculnya perasaan cemas, sedih kemarahan frustrasi, dan efek negatif lainnya. Dampak negatif secara fisiologi antara lain gangguan kesehatan daya tahan tubuh yang menurun terhadap penyakit, sering pusing, badan merasa lesu, lemah.

Hal ini diperkuat oleh hasil penelitian (Roman dkk dalam Enik (2012), mengatakan bahwa stress yang dialami oleh mahasiswa sebagai golongan dewasa awal memiliki tingkat yang berbeda-beda sebagai berikut: mahasiswa yang tidak bekerja 60,9% mengalami stres ringan dan 39,1% mengalami stres sedang dan mahasiswa yang bekerja 83,3% mengalami stres ringan dan 16,7% mahasiswa mengalami stres sedang tidak bekerja 60,9% mengalami stres ringan dan 39,1% mengalami stres sedang dan mahasiswa yang bekerja 83,3% mengalami stres ringan dan 16,7% mahasiswa mengalami stres sedang.

Penelitian mengenai prevalensi stres pada mahasiswa telah dilakukan pada berbagai Universitas di seluruh dunia. Penelitian yang dilakukan terhadap 100 mahasiswa di Amerika utara menunjukkan bahwa prevalensi stres pada mahasiswa adalah 38% (Shannone at all dalam Galumbang 2012). Penelitian sejenis yang dilakukan oleh (Firth CJ dalam Galumbang 2012) pada salah satu fakultas kedokteran di Inggris penelitian yang melibatkan 165 partisipan tersebut menunjukkan prevalensi stres pada mahasiswa 31,2% sementara itu penelitian yang

dilakudengan 686 partisipan prevalensi stres mahasiswa 61,4%. Kemudian di Malaysia dengan 396 partisipan prevalensi stres mahasiswa 41, 9%. Sementara di Indonesia Universitas Sumatra Utara USU dengan sampel sebanyak 90 orang mahasiswa hasil penelitian Carolin (2010) menunjukan presentase stres ringan, sedang dan berat adalah 26,7%, 22,2%, dan 22,2% sedangkan 28,9% mahasiswa tidak mengalami stres.

Berdasarkan hasil penelitaian diatas maka keadaan stres sering dialami oleh mahasiswa. Oleh karena itu peneliti merasa tertarik untuk meneliti tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Keperawatan yang sedang berada pada semester akhir. Maka penelitian ini akan memberikan gambaran stres mahasiswa semester akhir Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya berdasarkan *stressor*.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran tingkat stres Mahasiswa semester akhir Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran stres Mahasiswa semester akhir di Fakultas Keperawatan Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini bermanfaat dalam menggambarkan ilmu keperawatan kesehatan mental.

1.4.2 Manfaat praktis

Bagi intitusi Pendidikan

Hasil penelitian ini sebagai masukan dalam menyusun program pembinaan pembelajaran bagi mahasiswa.